

Haarausfall bei Chemotherapie

1. Das Wichtigste in Kürze

Die meisten Patienten leiden während einer Chemotherapie unter teilweisem oder vollständigem Haarverlust. Etwa 4 Wochen nach Ende der zytostatischen Therapie wächst das Haar wieder nach. Insbesondere für Frauen ist es eine Herausforderung, mit dieser starken Veränderung der äußeren Erscheinung umzugehen: Egal ob Perücke, kreative Kopfbedeckung oder Haarlosigkeit - wichtig scheint insbesondere eine bewusste Entscheidung für den eigenen Umgang damit.

2. Vor der Chemotherapie

Nicht alle Medikamente, die für eine Chemotherapie eingesetzt werden, haben einen Haarausfall zur Folge. Ärzte können darüber aber recht verlässliche Prognosen abgeben.

Patienten sollten rechtzeitig überlegen, ob sie Haarersatz, Tücher, Hüte oder Mützen tragen möchten. Eine Perücke sollte gegebenenfalls rechtzeitig ausgewählt werden, d.h.: vor Beginn der Chemotherapie.

Vor und während der Therapie milde Shampoos und weiche Bürsten verwenden, um Haar und Kopfhaut zu schonen.

2.1. Praxistipp

Bei einigen Patienten kann der Haarausfall durch Kältekappen („scalp cooling“) während einer Chemotherapie (zumindest teilweise) vermieden werden. Die Kosten dafür belaufen sich auf etwa 1.200–2.000 € und werden in der Regel nicht von der Krankenkasse übernommen. Weitere Informationen finden Sie unter www.aerztezeitung.de > Suchbegriff: "scalp cooling".

3. Perücken

Es ist zu empfehlen, schon vor Beginn der Chemotherapie einen auf Perücken spezialisierten Friseur aufzusuchen, damit dieser Frisur, Haarfarbe und Haarbeschaffenheit kennt. Dann kann in Ruhe eine entsprechende Perücke ausgesucht oder angefertigt werden.

Manche Frauen freuen sich über die Möglichkeit einer neuen Frisur, andere entscheiden sich für einen Haarersatz, der ihrem natürlichen Haar möglichst ähnlich ist. Medizinische Qualitätsperücken unterscheiden sich kaum vom natürlichen Haar.

3.1. Kosten und Kostenübernahme

Der Preis einer Perücke richtet sich nach Qualität (Kunsthaar, Echthaar, Maßanfertigung) und Haarlänge. Er bewegt sich im Rahmen von 150 - 3.000 €.

Sozialrechtlich gelten Perücken als [Hilfsmittel](#), die vom Arzt verordnet werden müssen. 2018 wurde die Produktgruppe 34 "Haarersatz" in das sog. Hilfsmittelverzeichnis des GKV-Spitzenverbandes aufgenommen, Details siehe <https://hilfsmittel.gkv-spitzenverband.de>.

Grundsätzlich stehen Perücken nicht nur Frauen, sondern auch Kindern zu. Bei Kindern ist die Kostenübernahme der Krankenkassen z.T. höher.

Bei Männern übernehmen die Krankenkassen nur in Ausnahmefällen die Kosten, z.B. bei entstellenden Veränderungen der Kopfhaut (Urteile des Dresdner Sozialgerichtes (Az: S 18 KR 1380/04) und des Hessischen Landessozialgerichtes (Az: L 1 KR 183/05)). Dies ist aber immer Entscheidung der Krankenkasse, deshalb sollten Männer, die eine Perücke wünschen, sich ein Rezept ausstellen lassen und es mit persönlicher Begründung bei ihrer Krankenkasse einreichen.

Die Krankenkassen haben mit unterschiedlichen Leistungserbringern von Hilfsmitteln, in diesem Fall Perücken, Versorgungsverträge. Nur ein Haarhaus oder Friseur, der einen solchen Vertrag mit der Kasse hat, kann eine Verordnung über eine Perücke abrechnen. Adressen finden Sie über die Suchmaschine (oben rechts) des Bundesverbands der Zweithaarspezialisten unter www.bvz-info.de.

Vor Anfertigung der Perücke sollten sich Patienten einen Kostenvoranschlag erstellen lassen und mit diesem bei der Krankenkasse nachfragen, bis zu welcher Höhe die Kosten übernommen werden. Die

Kostenübernahme der Krankenkassen ist sehr unterschiedlich und kann unter 200 € liegen, andere Kassen übernehmen Perücken ganz.

Die Zuzahlung der Versicherten für ein Hilfsmittel in der gesetzlichen Krankenversicherung beträgt 10 % des Abgabepreises, jedoch mindestens 5 € und maximal 10 €.

4. Mit oder ohne Kopfbedeckungen

Viele Betroffene, auch Frauen, entscheiden sich gegen eine Perücke oder tragen diese nur außerhalb des Hauses. Statt Haarersatz verwenden sie Mützen oder Tücher oder stehen offen dazu, übergangsweise keine Haare zu haben. Je zufriedener Patienten mit ihrem Aussehen sind, desto wohler werden sie sich fühlen.

5. Praxistipp

Zur Entscheidungsfindung können Betroffenenforen viel beitragen. Unter www.krebs-kompass.de finden sich im Brustkrebs-Forum auch einige Beiträge zum Thema Haarausfall und Perücken.

6. Schutzmaßnahmen

Die Kopfhaut ist infolge der Chemotherapie empfindlicher als normalerweise. Folgende Schutzmaßnahmen sind wichtig:

- Sonnenschutz
Insbesondere wenn keine Perücke und keine Kopfbedeckung getragen wird.
- Schutz vor Wärmeverlust
Über den Kopf verliert der Körper viel Wärme, viel mehr als dies angesichts der vergleichsweise kleinen Körperoberfläche zu erwarten wäre. Andererseits ist das Immunsystem geschwächt, Kühle führt also viel leichter zu einer Erkältung. Eine Kopfbedeckung sollte deshalb immer zur Hand sein. Gegebenenfalls auch nachts den Kopf bedecken.

7. Kosmetik

Der Haarausfall kann die gesamte Körperbehaarung betreffen, auffällig ist das insbesondere am Kopf und im Gesicht. Wimpern und Augenbrauen fallen weniger oft aus als Kopfhare, da sich die entsprechenden Zellen langsamer teilen. Allerdings wachsen sie deshalb auch langsamer nach.

Krebsberatungsstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken vermitteln **Kosmetik-Kurse** für Frauen nach Chemotherapie. Diese Kurse geben in angenehmer, verständnisvoller Atmosphäre Ideen für Kopfbedeckungen, Anleitung und praktische Übungen zum Kopftuchbinden, dezente Kosmetik von Brauen und Wimpern sowie individuelle Tipps für ein schönes Äußeres.

Online-Schritt-für-Schritt-Anleitungen als Video finden sich auf www.dkms-life.de > [News \[&\] Wissen](#) > [Tipps \[&\] Tutorials](#).

8. Verwandte Links

[Prostatakrebs](#)

[Prostatakrebs > Allgemeines](#)

[Prostatakrebs > Behandlung](#)

[Prostatakrebs > Partnerschaft und Sexualität](#)

[Brustkrebs](#)

[Brustkrebs > Allgemeines](#)

[Brustkrebs > Brustprothesen und Spezial-BHs](#)

[Brustkrebs > Familie](#)